

やすらぎ

2014.
Vol.11

特集——P1

正しく知って正しい予防

冬の感染症に備えよう！

くりたのげんば——P5

健康レシピ——P6

心を感じるココロ——P7

栗田病院グループ 新施設オープン——P8

病院祭が開催されました——P9

栗田病院レビュー——P10

栗田病院グループ インフォメーション——P11



がんばろう! 日本 

正しく知って正しい予防

冬の感染症に備えよう！

インフルエンザとは？

冬になると良く耳にするのが「インフルエンザ」です。「インフルエンザ」はインフルエンザウイルスによっておこる感染症で、原因となるウイルスはA型、B型、C型の3種類があり、特にA型とB型が流行します。その感染力の強さから学校で集団感染し、合併症による幼児や高齢者の死亡例もあり、単に「かぜ」と片付けられない注意すべきウイルス感染症です。

インフルエンザとかぜの違い

かぜ(通常感冒)		インフルエンザ	
1年を通じ発散的	発症時期	冬季に流行	
上気道症状	主な症状	全身症状	
緩除	症状の進行	急激	
通常は微熱(37~38℃)	発熱	高熱(38℃以上)	
●くしゃみ ●喉の痛み ●鼻水、鼻づまり など	主症状 (発熱以外)	●せき ●喉の痛み ●鼻水 ●全身倦怠感、食欲不振 ●関節痛、筋肉痛、頭痛 など	
ライノウイルス、 コロナウイルス、 アデノウイルス など	原因 ウイルス	インフルエンザウイルス	

インフルエンザの症状

- 突発的な発熱
- 38度以上の発熱とそれに伴う悪寒
- 激しい節々の痛み
- 倦怠感や疲労感が現れる
- せきや鼻水の症状が増していく

インフルエンザの予防法

流行前に

ワクチン接種

予防の基本は手洗いとうがいですが、より効果の期待できる予防方法としてはワクチン接種が挙げられます。ワクチン接種により免疫を高めることで、ウイルスの感染を予防します。ワクチン接種してから予防効果を発揮するまで約2週間かかりますが、接種することでおおよそ5ヶ月間効果が持続します。流行期間が12月から3月となるため、遅くとも11月中旬までに接種することが重要です。ただしワクチン用のウイルスは孵化鶏卵で培養するため、卵などのアレルギーがある方やけいれんの既往症、免疫不全のある方、熱を出している場合などには接種できないことがあるため医師と相談してください。

ワクチンの接種により重篤な合併症を予防し、健康被害を最小限にとどめますが、前述の通り、

インフルエンザには複数の型があるため100%の予防とはいかないのが現状です。

更なる予防のために



流行したら

人ごみは避ける

インフルエンザは人から人に感染するため流行している時期は、満員電車やバスを避け、大勢の人が集まるイベントなど人ごみへの外出は控えたほうが無難です。特に高齢者や睡眠不足の方は注意が必要です。

マスクを着用する

外出時はマスクをつけましょう。市販の不織布製でよいですが、注意書きを読み正しく着用してください。反対にインフルエンザに感染した人が、周囲にウイルスの拡散を防ぐためにもマスクは有効です。

● 室内は適度な湿度を保つ

室内では加湿器などを使って適度な湿度(50〜60%)を保ちましょう。学校や職場、家庭でインフルエンザに感染した人がいる場合、こまめな換気も必要です。

● 十分な栄養と休養をとる

睡眠不足などで体力が低下している時ほど感染しやすくなります。抵抗力が低くならないよう十分な睡眠をとりバランスの良い栄養をとって体力をつけるように心掛けましょう。

● 手洗い、うがいの徹底

帰宅したらまず、うがいと手洗いをしましょう。インフルエンザに限らず、うがいや手洗いは手やのどなどに付着したウイルスを除去するために必ず行ってください。

★咳エチケット★

- ☑ せき・くしゃみの際はティッシュなどで口と鼻をおさえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れる。
- ☑ 鼻水などを含んだティッシュは蓋付きの廃棄物箱に捨てられるようにする。
- ☑ せきをしている人にはマスクの着用を促す。
- ☑ マスクは正しく着用する。

■ インフルエンザの診断

インフルエンザを診断するための検査として、インフルエンザ抗原を検出する方法があります。近頃は、操作が簡単なうえに判定時間が15分と短いイムノクロマトグラフィを原理とした迅速診断キットが多く使用されています。このキットを用いれば、90%以上の確率でインフルエンザを検出することができますとされています。

■ インフルエンザの治療

インフルエンザの治療は現在、抗インフルエンザ薬処方治療が中心となっています。薬は「タミフル」「リレンザ」「イナビル」「ラピアクタ」の4種類が中心で、それぞれ用法が異なります。タ

インフルエンザ ワクチン Q&A

Q. 型に合ったワクチンを接種しないと効果がないの?

A. ワクチンには、日本での流行が多いH1N1型、Aニューヨーク型、B型の3種類の混合ワクチンが用いられているため、このうちの型が流行しても効果を発揮します。しかし、新型インフルエンザの出現や、インフルエンザウイルスの突然変異が起こることがあり、効果が低くなる可能性もありますが、近年ではインフルエンザの流行予測技術が高まっているため、実際の流行とほぼ一致しています。

Q. ワクチンを接種した後にかぜをひいてしまったのはなぜ?

A. インフルエンザのワクチンでは、かぜに対する効果はありません。そのため、ワクチン接種後といえどもかぜを引いてしまうことがあります。しかしワクチンのインフルエンザに対する発症予防効果は、健康な成人なら70〜90%と高い効果が認められており、高齢者に接種すると死亡の危険性を約80%減らすなど効果があります。



ミフルは内服薬、リレンザ・イナビルは吸入薬、ラピアクタは点滴薬です。タミフルは内服後の異常行動が問題となり、10代の方への使用を原則差し控えるように厚生労働省から通達が出されています。しかしタミフル以外の薬を使用した場合、また薬を服用しない状態でも異常行動が発現したという報告が挙がっています。そのため、万が一の事態を防ぐためにも、特に小児・未成年者に対しては、インフルエンザと診断された後、少なくとも2日間保護者等の方が小児・未成年者が一人にならないよう配慮する必要があります。

ノロウイルスとは？

ノロウイルスは、急性胃腸炎を引き起こす感染症です。対象年齢も乳幼児から高齢者ほぼ全ての年齢の方が感染するリスクを有しています。主に11月から3月に流行しますが、年間を通じて感染する可能性があります。

ノロウイルスは、他の感染症に比べ、特有の特徴を有しています。

下痢だけでなく、嘔吐も多い

ノロウイルスは下痢だけでなく嘔吐も引き起こします。下痢、嘔吐共に感染へとつながりますが、下痢の場合は、ウイルスをトイレで流してしまいうための感染が広がりにくいのですが、嘔吐の場合は、処理や消毒を適切に行わないとウイルスが床に残ってしまい、それが乾燥すると空気中に舞い上がるため感染が広がってしまいます。

消毒薬や熱に対する抵抗がある

ノロウイルスはエンペロープ（宿主細胞の膜）を持っていないため、アルコールや熱に強いことが挙げられます。

複数回感染することがある

ノロウイルスには遺伝子型が複数あるため、たとえ一度感染をしたとしても、別の型のウイルスに感染することがあります。また、ノロウイルスの感染が腸粘膜の局所感染となるため、免疫が一時的になつてしまうことも複数回感染する原因となっています。

ノロウイルスの症状

嘔吐

腹痛、下痢

37〜38度の軽度な発熱

感染から発症までを示す潜伏期間は、24時間から48時間であり、発症してから通常であれば1日から2日ほど症状が続きます。ただし、免疫力が低下している乳幼児や高齢者が感染すると症状が長引くことがあり、激しい嘔吐や下痢による脱水症状を引き起こす可能性もあるため注意が必要です。

ノロウイルスの予防法

ノロウイルスにはワクチンがないだけでなく、人から人への感染力が極めて強力であるため、流行を防ぐことは不可能といえます。しかし感染の拡大を最小限に食い止めることはできるため、以下のような取り組みをしましょう。

● 感染を防ぐために最も重要で効果的な予防法は、流水・石鹼による手洗い、手をしっかり拭く、アルコールで消毒をするという3点です。帰宅時やトイレの後、食事の前には上記の3点を行うことを心掛けましょう。

● 身近に感染者がいる場合に、衣服や物品、嘔吐物を洗い流した場所を消毒することで感染を予防することができます。消毒には塩素濃度200ppmの次亜塩素酸系消毒液（家庭用漂白剤を用いる場合には2000倍程度に薄めたもの）を用いましょう。衣類の消毒方法としては、バケツやたらいで消毒をした後に他の衣類と分けて洗濯をすることをお勧めし

ます。熱湯消毒をする場合には、85度以上のお湯に1分以上浸してください。

家庭で出来る次亜塩素酸系消毒液の作り方

◆ 500mlペットボトルを使用した希釈方法
原液が5%の消毒液を希釈する場合（市販のハイターなど）キャップ約半分（2ml）の原液を、ペットボトル1杯（500ml）の水に加えると200ppmの消毒液ができます。
（注1）誤って飲まないようにラベルを貼るなどしてください。
（注2）使用する際は換気を十分に行ってください。

ノロウイルス5つの対策

ノロウイルスは、徹底した対処をしないと次から次へと感染してしまい終わりなき負の連鎖になってしまいます。しっかりと対策して負の連鎖を断ち切りましょう。

① 徹底した手洗い

徹底した手洗いとは、「洗う」「拭く」「消毒する」まできちんと行った手洗いです。（※1）

※1 手洗い手順

①～⑦を2回繰り返す		
①  ます流水で汚れを落とす。	②  石けん液を取り、よく泡立てる。	③  手の平、手の甲、指の間を両手を組むようにして洗い。
④  親指を片方の手で包み込んで洗い、指先で手の平をもみ洗う。	⑤  手首をつかんでもみ洗う。	⑥  つまみブラシを使って爪の間をブラッシングする。
⑦  流水でよくすすぐ。	⑧  ペーパータオルで水気をしっかり取る。	⑨  指先を立ててアルコールを噴霧し、両手にすりこむ。

特集 冬の感染症に備えよう!

「正しく知って正しい予防」

※3

嘔吐物、排泄物の処理

汚物の量と同量の次亜塩素酸ナトリウム原液を汚物が飛び散らないように静かに注ぐ。

※嘔吐物凝固剤がある場合はふりかけて凝固させる。

※汚物が広がらないように吸水性のあるペーパーでおおくと効果的。



嘔吐物、排泄物の回収

汚物中のウイルスが飛び散らないように、汚物を使い捨てペーパータオル等で外側から内側に向けて静かに取り除く。

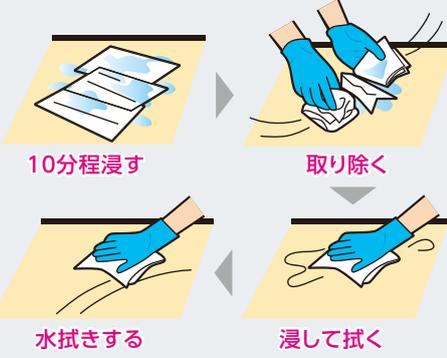
外から内へ

※同一面ですると、汚染が広がるので注意する。



床の清浄化

汚物を取り除いた床をペーパータオル等でおおい、次亜塩素酸ナトリウム液を注ぐ。10分程おいた後、取り除き、さらに次亜塩素酸ナトリウム液に浸したペーパータオル等で拭く。その後、水拭きする。



10分程浸す 取り除く

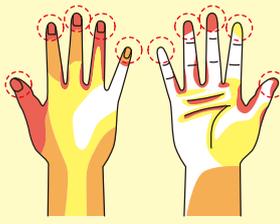
水拭きする 浸して拭く

※カーペット等は脱色するおそれがあるので注意する。出典：SARAYA

嘔吐物と排泄物の中には、ノロウイルスが大量に含まれている可能性があります。感染拡大を防止するために「すばやく」「適切に」処理をしてください。(※3)

2 汚物の処理

※2 手洗いが不十分になりやすい箇所



- 最も不十分になりやすい部位
- 不十分になることが多い部位
- 不十分になることが少ない部位

参考：Taylor,L.,Nursing Times,74,54(1978)
出典：SARAYA

ノロウイルスの大きさは30〜38ナノメートル(1ナノメートルは100万分の1ミリメートル)であり、手のしわに深く入り込みます。ウイルスを手指から完全に除去することが困難だからこそ、不十分になりやすい箇所を特に意識して洗うことが大切です。(※2)手洗いとうがいは1度に2回行うことを心掛けましょう。

特に感染の原因となりやすい二枚貝の場合、ノロウイルスの活性を失わせるためには食品の中心部が85℃以上の状態で90秒程度の加熱処理を行う必要があります。

5 食品の加熱調理

ノロウイルスによる食中毒を防ぐには調理する方や調理器具からの二次感染を防ぐための消毒と加熱処理をきちんと行うことが重要です。

4 健康管理

3 環境の清浄

ドアノブや蛇口など、生活の様々なところにノロウイルスは潜んでいる可能性があるため、注意が必要です。感染予防のために常に清潔を心掛けましょう。

ノロウイルスは経口感染や空気を介した飛沫感染で拡大するため、手洗いとうがいを徹底して予防に努めましょう。また、最初の感染は家庭内で起きやすいため、特に子どもや高齢者のいる家庭ではより注意する必要があります。

■ 当院における対応

栗田病院の内科外来ではベテラン医師を配し、月曜から金曜まで予約なしで対応しています。冬の感染症は予防が肝心です。

—(監修)—



診療部長 倉石章

● 引用及び参考資料
厚生労働省

http://www.mhlw.go.jp/

◎ 中外製薬株式会社

http://www.chugai-pharm.co.jp/index.html

◎ グラクソ・スミスクライン株式会社

http://glaxosmithkline.co.jp/

◎ 国立感染症研究所 感染症疫学センター

http://www.nih.go.jp/niid/ia/

◎ サラヤ株式会社

http://www.saraya.com/

◎ これであなとも医の達人

http://tatujin.net/

インフルエンザ予防接種受付中

外来での接種は予約制といたします。予約は、電話または受付窓口で承ります。

☎026(226)1311(代表)

その他、不明な点は受付にてお問い合わせください。



内科外来

このコーナーでは、当院各部署が担うそれぞれの機能についてご紹介していきます。

●内科外来の役割

内科外来は、患者さんと医師との橋渡しとしての役割を担っています。患者さんに対して、医師の診察前に検温や血圧を測定し、医師にどのような状態なのかをお伝えします。



また医師の指示により検査・処置などのオーダーがあった場合には速やかに対応をしています。検査のオーダーによっては、他部署と連携して患者さんをスムーズにご案内します。また健康診断後の二次検査も対応しています。

●心掛けていること

内科外来受診の患者さんに対して、状態を的確に把握し医師にお伝えすることや正確な処置はもちろんのこと、患者さんが受付から会計までの間をお待ちいただくことなくご案内できるように迅速な対応を大切にしていくほか、接遇にも力を入れています。患者さんの状態をよく観察し、特に体調が悪い方に対しては、内科外来処置室にあるベッドへご案内をし、ゆっくり休んでいただけるようにしています。



●内科外来からのお知らせ

10月より当院でもインフルエンザなどの各種予防接種を実施しています。これからの季節、早い時期に感染症対策として予防接種を受けられることをお勧めします。当院では予約制

にて各種予防接種を行っていますので、まずはお電話をいただければ幸いです。予防接種についてわからないことがありましたら内科外来担当看護師にお聞きください。



当院の内科外来では、内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科を標榜しており、一般的な内科診療の他、標榜の専門特化した診療も行っています。まずはお気軽に声を掛けてください。



内科外来担当看護師
碓井 信子

皆さんの身近な病院として、地域を支える一助になれるよう心掛けています。

内科外来担当医については裏表紙をご覧ください。

健康レシピ 食事でしっかりと水分補給

一般成人の場合1日に約2L~2.5Lもの水分を失うと言われています。また発熱による発汗や下痢の症状があるとさらに水分を失ってしまいます。失った水分をしっかりと補給するために飲料による摂取だけでなく食事からも摂取できることを知っておきましょう。

水分のこまめな摂取

飲料による水分摂取としては、水だけでなく麦茶やほうじ茶、スポーツドリンクなどがお勧めです。しかし、高血圧の人や糖尿病の人はスポーツドリンクをとり過ぎないよう気をつけてください。なお冷た過ぎても熱過ぎても体には負担になるので、湯冷ましなど体温に近い温度にして飲むのが適当です。

療養時の食事

食事は、下痢や嘔吐などの症状がなく食欲があれば、普通の食事がかまいません。

食欲が無い場合は、柔らかいご飯、うどんなど食べやすいものでエネルギーを補給します。缶詰の果物、アイスクリーム、プリン、ヨーグルトなどは、のどごしがよく、効率の良いエネルギー源になります。

下痢を伴う場合は、おかゆやおもゆを中心にし、水分を充分にとります。食物繊維の多い食品や脂肪の多い食品は控えます。回復してきたら、弱った胃腸に刺激を与えないよう、消化の良いものから通常の食事に戻します。柔らかいご飯、うどん、豆腐、白身魚、鶏ささ身、柔らかい野菜の煮物などが適しています。

ヨーグルトの酸味が効いた 豆腐と野菜のヨーグルトスープ

善玉菌を増やす乳酸菌レシピ。腸の中にはさまざまな細菌がありますが、よい働きをする善玉菌が多い状態にしておくことが快腸のカギになります。

ヨーグルトに入っている乳酸菌（ビフィズス菌）は善玉菌で便秘が解消するだけでなく、下痢気味だった症状が治まる整腸作用があります。



材料(4人分)

- 絹ごし豆腐.....400g
- キャベツ.....200g
- にんじん.....100g
- いんげん.....100g
- 万能ねぎ.....30g
- 水.....600ml
- 顆粒鶏がらだし.....大さじ1
- プレーンヨーグルト.....200ml
- こしょう.....適量

◆作り方

- ①いんげんは、ゆでて4cm位に切っておく。
- ②にんじんは、いちよう切りにする。
- ③豆腐は1口大に切る。
- ④鍋に水と鶏がらだしを入れて煮溶かし、にんじんを入れる。
にんじんが煮えたら、豆腐、キャベツを入れ、最後にヨーグルトを加え混ぜ、煮立ったら火を消す。
- ⑤いんげんを加え、万能ねぎを散らす。
好みにより、こしょうをふる。



監修：栄養科 管理栄養士
田原 良子

「心を感じるココロ」

臨床心理士 佐々木尚子

「臨床心理士たるもの、貫いて陰の存在でありなさい。」あの心理士に救われたと、いつまでも感謝されるような存在には、決してなつてはならない」

これは、ある心理学の先生の講義で、強く印象に残っている言葉のひとつです。相談者が一番苦しい時にだけ寄り添い、立ち上がり歩み始めたならそと離れていく。相談者の心にすら残らない不確かな存在であることが、心理士には求められます。

私よりも少し年上の恵子さん(仮名)は、稀なほど厳しい境遇に生まれ育ち、根底には常に「何故生まれたのか、何故生きているのか」という思いを抱えています。不器用で純朴で、破天荒な行動に出ることもあったけれど、私は恵子さんの一生懸命さに、まず好感がもてました。

恵子さんは、徐々に私を頼り甘え、何でも話してきました。その素直さもさることながら、恵子さんの話はなかなか興味深く、カウンセリングが噛みあっているという手ごたえがありました。

それがいつしか、私の、いつもの相づち程度の質問にも腹を立て、「私は私です！何でもかんでも先生に話さなくちゃいけないのでしょうか？」と反発するようになります。「実はタバコも吸うし、夫以外



sasaki 作

の男性とも会っています。でもそれとカウンセリングは関係ないですよね？」と、「反抗期」のようなギスギスした口調で、わざと色んな「悪」に挑戦しては、私の反応をうかがってきます。戸惑いながらも真剣に向き合う、まるで擬似親子のような関係でした。

その波が去るころからでしょうか、同僚たちが「恵子さん、何か柔らかな印象に変わったね」というのです。確かに話す内容もずつとまとまり、人生を恵子さん自身の足で歩いている実感が湧いているのを垣間見ると、もうカウンセリング卒業の時期が来ているのだな、と気づきます。

せつかくこんな紆余曲折一緒に歩んできたのだから、もう少しちゃんとこの先を見届けたいような離れ難い気持ちと、恵子さんを信じて喜ばしい気持ちで手放したい気持ちと、心理士としては揺れ動く時期です。そんな時に、恵子さんから「卒業」を切り出されます。

最後の面接の、恵子さんの言葉です。

「今まで、先生には悩みをたくさん話してきたでしょう？先生



は、どんな話も関心を持って聞いてくれてうれしかった。だけど最近思うんだけど、先生は、私がどうしたらいいのか、結局一度も何にも教えてくれなかったよね。ここで話しながら、いつも全部自分で決めてきた気がして。だから、別に先生に話さなくてもやっていけるな、て。もう、ここに来なくていいですか？」

：な、なるほど。少々動揺する自分がいいます。もちろんこの場合私は素直に、恵子さんの船出を喜ばばよいだけのことです。「いつまでも感謝されるような心理士」になどなろうとしていない。ただ、あまりに呆気ないような。もう少し感動的に、「二人の足跡を振り返りたいような。結局私は、何もしていなかったのかとガツカリするような。」

恵子さんは、「先生も元気でね。これからは頑張つて」と、私に逆にエールを送りながら、晴れやかな顔で、心理室のドアを開けて出ていきました。

(やるな恵子さん…)二人残された心理室で、しばらく首を傾げて苦笑いします。ひたすら陰の存在に徹するつて、難しい。だけど実に恵子さんらしい潔さに、すがすがしい心地よさが広がります。素敵なお別れを、どうもありがとう。

栗田病院グループ 新施設オープン



ユニット型地域密着型特別養護老人ホーム

山布施の里 オープン

平成26年8月に長野市篠ノ井山布施の地に
社会福祉法人長野南福祉会が「山布施の里」
を新規開設しました。

●山布施の里 施設案内

山布施の里は29名定員の全室個室です。
全ての居室からは周辺の山々などが眺められ、
四季の変化を身近に感じられる立地です。

建物は2階建て、1ユニット
10名程度の少人数制で3つの
ユニットに分かれています。各
ユニットには名前があり1階
「1丁目」、2階「2丁目」、
3階「3丁目」となっています。
1階は「1丁目」の他に、
シヨートステイとデイサー
ビス、地域交流スペースが
あります。地域交流スペース
は囲炉裏を囲み、ご家族や
地域の方々との寄り合いの
場所となっています。
各ユニットには共同生活室
とリビングがあり、より家庭
的な雰囲気です。

だけです。この地域で安心していきいきと暮ら
すためのお手伝いを担って参ります。



地域交流スペース



居室

●地域密着型 特別養護老人ホームとは？

地域密着型サービスとは、住み慣れた地域
で生活を継続することが目的のため、原則と
して事業所と同じ市町村に住民票のある要
介護者が対象となります。規模が小さいため、
利用者さん同士や職員との距離が近く、双方
がなじみの関係の中で介護サービスを受ける
ことができます。

●10月1日にデイサービスがオープン

同施設内にデイサービ
ス「陽だまり山布施」が
オープンしました。食事や
入浴などの日常生活上
の支援や、生活機能向上
のための機能訓練などを
提供します。自宅からの
送迎も行います。



●施設概要

運営主体
社会福祉法人長野南福祉会

施設名称
「山布施の里」

事業の種類と定員
ユニット型地域密着型特別養護老人ホーム 定員29名
シヨートステイ・定員9名

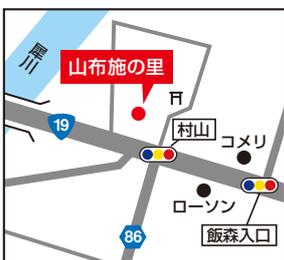
併設事業所
「陽だまり山布施」
デイサービス・定員10名

所在地
長野市篠ノ井山布施848511

電話
「山布施の里」
026(217)6411
「陽だまり山布施」
026(217)8344

FAX
026(229)1055

入所相談窓口
山布施の里 生活相談員 阿藤・小池
問い合わせ時間 8時30分～17時30分
365日対応します。



第17回 栗田病院祭が開催されました!

平成26年9月13日(土)・14日(日)の2日間に渡り、毎年恒例の栗田病院祭が開催されました。本年も大勢の方のご協力により大盛況の2日間となりました。ありがとうございました。

ステージ



公開講座①



演題:「認知症予防講座
予防体操・脳トレ」
講師:デイケア科
作業療法士 中西 靖世

カムカムプロジェクト



講師:歯科医師
大井 晃子

長野県観光PRキャラクター
「アルクマ」も遊びにきてくれました!

バザー



屋台



ボランティア



芹田地区社会福祉協議会の方々

公開講座②



演題:「エゴグラム心理テスト体験と解説」
講師:臨床心理士 佐々木 尚子

園芸販売



学生ボランティアの皆さん

職員全体研修会を開催しました

平成26年9月10日(水)、多目的ホールにて職員全体研修会を開催しました。今回は「行動制限最小化に向けた看護」と題し、埼玉医科大学保健医療学部看護学科准教授の辻脇邦彦氏を講師にお招きし、ご講演をいただきました。

今回の全体研修会では、精神保健福祉法に記載されている行動制限の項目を確認し、実際に行動制限が為された例についての検証、最小化に向けてどのような取り組みを行っていくべきなのか、行動制限を行う場合におけるリスクについてのお話をしていただきました。

研修会に参加した別館3階B病棟の柳澤夕子主任は、「私たち看護する側が考える身体拘束と患者さんが実際に感じる身体拘束では違いがあり、もつと患者さんの目線から身体拘束を考えていく必要があると感じました。」と感想を述べていました。

今回の研修会の内容をふまえて職員自身が思索し、今後の行動制限最小化に向けた取り組みを推進して参ります。



講師
埼玉医科大学
保健医療学部看護学科
准教授 辻脇 邦彦 氏



箱山愛香選手

アジア大会とワールドカップで 銀メダルを獲得

平成26年9月19日(金)～10月4日(土)まで韓国・仁川で開催されたアジア大会において、当院職員でシンクロナイズドスイミング日本代表の箱山愛香選手がチームとフリーコンビネーションの2種目に出場し、2個の銀メダルを獲得しました。また10月2日(木)～10月5日(日)までカナダ・ケベックシティで開催された第13回FINAワールドカップにも出場、こちらでも2個の銀メダルを獲得しました。

今後も箱山選手の活躍にご注目いただき、応援よろしくお願ひします。



◎プロフィール

箱山 愛香 平成3年7月27日生まれ 23歳
シンクロナイズドスイミング日本代表
長野日本大学高等学校、日本体育大学を経て、
平成26年より栗田病院に勤務。日本体育大学
在学中の平成24年にはロンドンオリンピックに
出場し、5位入賞を果たす。

栗田病院グループインフォメーション

栗田病院グループスタッフ募集

栗田病院		社会福祉法人 長野南福祉会	
募集職種	看護師【常勤・パート】 …………… 若干名 ※夜勤業務可能な方大歓迎!	募集職種	介護職員【常勤・非常勤】 …………… 若干名 看護職員【常勤】 …………… 若干名
勤務時間	日勤 / 8:30~17:00 夜勤 / 16:30~9:30 ※上記時間以外もご相談ください。	勤務地	山布施の里 / 長野市篠ノ井山布施 真島の里 / 長野市真島 七二会荘 / 長野市七二会
給与・休日	規定による (日勤常勤のみでも正社員となります)	勤務時間 給与・休日	法人規定による シフト勤務による週休2日制
お問い合わせ	☎026-226-1311 mail:jinji@kuritahp.or.jp	お問い合わせ	☎026-213-6021 mail:honbu@minamifukushi.or.jp

●職場見学等、お気軽にお問い合わせください

栗田病院 外来担当医表

内科外来担当医表

●赤字は女性医師

曜日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
第1診察室	一由	一由	麻沼	麻沼	倉石(章)	倉石(章)	一由	一由	三井	三井	休診	
第2診察室	—	—	—	—	—	—	—	—	稲田	—		

精神科外来担当医表

●赤字は女性医師

曜日	月		火		水		木		金		土		
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
第3診察室	中澤*2	中澤*2	—	—	坊田*1	—	坊田	坊田	—	—	休診		
第5診察室	—	—	山本	山本	田中	田中	—	—	—	—			鈴木*2
第6診察室	倉石(三)*1	—	田中*1	—	—	—	山本*1	—	竹内*1	—			—
第7診察室	—	—	竹内*2	竹内*2	倉石(和)*2	倉石(和)*3	—	—	倉石(三)	倉石(三)			倉石(和)*2
第8診察室	稲田	稲田	—	—	—	—	—	—	—	稲田*4			—

*1: 初診(予約制) *2: 予約制 *3: 物忘れ(認知症) 外来(予約制) *4: アルコール関連外来(再診) 酒害ミーティング(金曜11:00~12:00)



〒380-0921 長野市栗田 695

TEL.026-226-1311

FAX.026-224-8673

地域連携室専用 / TEL.026-224-3961

健診専用 / TEL.026-226-0007

歯科専用 / TEL.026-269-0011

HP <http://www.kuritahp.or.jp/>

■診療科目

内科・心療内科・精神科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・歯科・小児歯科・人間ドック

■診療時間(受付時間)

月~金曜日 午前 8:30~12:30(8:30~12:00) 午後 13:30~17:00(12:30~16:30)
土曜日 午前 8:30~12:30(8:30~12:00)

※初診(予約制) / 月~金曜日:原則午前中のみ

■休診日

内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・人間ドック / 土・日・祝休日

心療内科・精神科 / 土(午後)・日・祝休日

歯科・小児歯科 / 水(午後)・土(午後)・日・祝休日